

FLAN DI TONNO



Preparazione : 10 min - **Riposo :** - - **Cottura :** 40 min - **Materiale :** -

Ingredienti : 6 persone

- 250 g di tonno al naturale - 80 g di grana grattugiato - 1 cipollotto - sale e pepe - 4 uova - 120 ml di panna - erba cipollina

1. Preriscaldare il forno a 210°C.
2. Tagliare in 4 la cipolla e tritare l'erba cipollina. Sbriciolare il tonno.
3. Rompere le uova nel bicchiere del blender, aggiungere la panna e poi il resto degli ingredienti.
4. Frullare per 30 secondi alla velocità 2. Utilizzare la spatola se necessario per riportare verso il centro la preparazione.
5. Versare in uno stampo da plum-cake imburato (o uno stampo in silicone) e far cuocere per 30 - 40 minuti.

Consigli del cuoco :

Si mangia caldo accompagnato da verdure e da una salsa al pomodoro oppure come antipasto accompagnato da un'insalata verde.

